DECANO DE LA PRENSA HISPANA

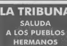
LA TRIBUNA

DE NEW JERSEY

Año 48 • Núm. 9 FIRST SPANISH ADVERTISING MEDIUM IN NEW JERSEY AND NEW YORK - MEMBER OF S.I.P. *Septiembre 15-30, 2010*

CAMBIOS EN PENSIONES, BENEFICIOS Y COBROS DE RETIROS

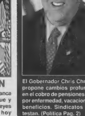
LA TRIBUNA
SALUDA A LOS PUEBLOS HERMANOS QUE CELEBRAN SU INDEPENDENCIA EN SEPTIEMBRE



BRASIL
7 SEPTIEMBRE 1822
MEXICO
16 SEPTIEMBRE 1810
CHILE
18 SEPTIEMBRE 1810
HONDURAS, COSTA RICA, GUATEMALA, EL SALVADOR Y NICARAGUA
15 SEPT. DE 1821

HABLA OBAMA SOBRE LA INMIGRACION

WASHINGTON.- El Presidente Barack Obama recibió en la Casa Blanca a los legisladores demócratas Luis Gutiérrez, Nydia Velázque y Roberto Menéndez para impulsar la aprobación de proyectos de leyes sobre la Inmigración y facilitar carreras a estudiantes hoy indocumentados. (Ver Política Pag 2)



El Gobernador Chris Christie propone cambios profundos en el cobro de pensiones dias por enfermedad, vacaciones y beneficios. Sindicatos protestan. (Política Pag. 2)

CONCEJAL MARIANO VEGA RENUNCIA Y SE DECLARA CULPABLE DE SOBORNO

NEW YORK ESTRENO NUEVAS MAQUINAS PARA VOTACION

MENENDEZ INVITA A CELEBRAR EL MES DE LA HERENCIA HISPANA

PIDEN 30 AÑOS DE CARCEL PARA EX-ALCALDE J. VAS



DOMINICANOS CELEBRAN

PATERSON.- El Desfile Dominicano de Paterson fué exitoso recorriendo calles de la ciudad y terminando con un festival. Para el domingo 26 de Septiembre se anuncia al Desfile Dominicano del condado Essex en Newark.



MEXICANOS FESTEJANDO

PASSAIC.- En todas partes los mexicanos celebran con diversos actos el Bicentenario de la Independencia de su país. La foto de Quezada recoge a miles de mexicanos festejando durante su desfile en Passaic.

DECANO DE LA PRENSA HISPANA **LA TRIBUNA** DE NEW JERSEY

FIRST SPANISH ADVERTISING MEDIUM IN NEW JERSEY AND NEW YORK - MEMBER OF S.I.P.



CARLOS G. BIDOT
Fundador

LIONEL RODRIGUEZ
Director

CARLA SORAYA MOLENAAR
Administradora y Ejecutiva

RAMON M. GONZALEZ
Asesor Legal

RENE GONZALEZ
C.P.A.

COMPOSICION • DIAGRAMACION • DISEÑO
Luis R. Romero

E-Mail SMolenaar@aol.com
300-36th St. • P.O. Box 814 • Union City, N.J. 07087
Tel.: (201) 617-1360 • Fax: (201) 617-0042

Suscripción Anual: $35.00
PRINTED TWICE A MONTH

EDITORIAL DE LA TRIBUNA

EL VOTO HISPANO ES MUY IMPORTANTE HAY QUE SALIR A VOTAR EN NOVIEMBRE...

En el Mes de Noviembre (muy pronto) habrá importantes elecciones para cargos diversos y probablemente más que nunca el voto hispano pudiera ser decisivo en estos momentos trascendentales que viven ciudades, condados, estados y todo el país. EL VOTO PREMIA Y CASTIGA, es nuestra palabra más fuerte.

Realidades económicas, sociales y políticas hacen que para todo votante de cualquier raza, sexo o condición tenga que prestarle atención a los candidatos, su trabajo, honestidad, resultados. Hay que acelerar los procesos para que los que califican se hagan ciudadanos antes de Noviembre y puedan votar.

Son muchas y muy necesarias las campañas de estímulo al voto que se hacen y LA TRIBUNA se siente en la obligación de apoyarlas y divulgarlas. Hay que llegar al corazón y la mente de los votantes, todos ellos, para que comprendan que ejercer el sufragio es un deber y una obligación para escoger a los mejores y no tener después que conformarse con quejarnos cuando no hacen nada por el pueblo.

Es frecuente oír ataques y críticas contra los políticos (muchas veces justificadas) pero es difícil hallar a quienes admiten: "Yo voté por ellos, comparto la culpa". Y la solución contra los políticos que no cumplen es precisamente VOTAR CONTRA ELLOS. Y a los buenos funcionarios electos, premiarlos con el voto.

No importa de que partido sean, lo importante es que sean honestos, trabajadores, productivos. El voto es el arma más poderosa de la democracia, una frase muy vieja y gastada pero totalmente cierta. Y ese voto hay que ejercerlo. No hay excusas. Hay ayuda y facilidades para ancianos y desvalidos. Hay sistemas de votos por correo. Debemos usarlos. Y convencer a nuestros familiares, vecinos y amigos para que vayan a votar, para que se hagan escuchar con el resultado, para que nos tengan en cuenta.

POLITICA

POR LIONEL RODRIGUEZ

Los congresistas Luis Gutiérrez (D-Chicago) y Nydia Velázquez (D-NY) y el Senador Roberto Menéndez (D-NJ) se reunieron con el Presidente Obama y van a presentar leyes y comenzar gestiones para aprobar el "Dream Act" que conceda la residencia a estudiantes de colegios y militares. Menéndez presentará un proyecto de Ley de Reforma de Inmigración. Por supuesto, los republicanos se oponen...

* * * * *

Mariano Vega, quien fuera presidente del Concejo Municipal de Jersey City renunció a ese puesto cuando lo arrestaron en Julio del año pasado acusado de recibir $30,000 en sobornos. Entonces Mariano dijo ser inocente y se quedó como Concejal. También se desempeñaba como un alto funcionario del condado Hudson de donde lo suspendieron al ocurrir los hechos. Pero ahora Vega admitió los cargos y renunció a su puesto de Concejal. Será sentenciado el 7 de Enero por el Juez Linares en la Corte federal de Newark. Lamentable final de una carrera política...

* * * * *

Joseph Vas, quien por mucho tiempo fuera alcalde de Perth Amboy y Asambleísta, enfrenta vaios cargos de soborno y extorsión. Ya comenzó la selección del Jurado para su juicio y el fiscal le pide 20 años de prisión por fraude postal y 10 años por corrupción.

* * * * *

Feisal Abdul Rauf, el impulsor de la controversial Mezquita en el Punto Cero de Manhattan y vecino de North Bergen ha sido demandado por la ciudad de Union City por no atender las muchas quejas y violaciones en sus edificios de Central Avenue.

* * * * *

Pleito y demanda en camino. La NJ Transit despidió a su empleado Derek Fenton, vecino de Bloomingdale, NJ, alegando "conducta impropia" cuando durante una demostración de protesta en Manhatan quemó páginas del Corán, libro sagrado de los musulmanes. Fenton fué arrestado entonces por la Policía de NYC, interrogado y liberado. Fenton alega "estaba usando mi derecho a protestar".

* * * * *

La maquinaria del Partido Demócrata y el voto popular sepultaron a Hiram Monserrate en el Distrito 39 de Queens y le dieron la victoria a Francisco Moya con margen de 66% contra 33% de sufragios. El cantazo fué duro y no precisamente en un ojo...Por el pelo arrastraron a Hiram hacia la derrota...

* * * * *

Adriano Espaillat (D-Alto Manhattan) ganó fácil la nominación para Senador estatal. Guillermo Linares ganó para asambleísta por Washington Heights derrotando a un "fantasma presentao" que, por lo menos, figuró por un rato, como él sabe hacerlo. Del lado de los republicanos, el millonario Carl Paladino, un "landlord" de Buffalo, superó al favorito Rick Lazio para candidato a gobernador y garantiza así una victoria para el demócrata Andrew Cuomo.

EL GOBERNADOR CHIRSTIE AL BATE

TRENTON.- El Gobernador Chris Christie está lanzando con la bola dura y bateando más duro aún. Alegando "debo cumplir mis promesas y sanear el estado" propone cambios drásticos en pensiones y beneficios, que considera exagerados y "necesitados de controles pues ni los gobiernos del estado ni municipales pueden enfrentar el alto costo actual y mucho menos del futuro si los empleados públicos no aceptan contribuir más". Propone recortar los días de enfermedad sin cobrar y las vacaciones no usadas.

* * * * *

El Presidente Obama nombró a 30 personas para un Comité Asesor en Comercio y Negociaciones en el que incluyó al gobernador republicano Chris Christie quien dijo: "Es un honor para mí, New Jersey es un estado muy importante en el comercio interior y exterior".

* * * * *

Las autoridades acusan a Donald Breese, 38, vecino del condado Somerset de NJ de haber estado durante cuatro años como instructor de explosivos en la base militar y almacén de Piscatinny cuando -afirman- no tenía las credenciales ni pasado los cursos que alegaba. (Eso ocurría en una base de New Jersey donde se guardan muchos proyectiles y explosivos...)

* * * * *

El Alcalde de Passaic, Dr Alex Blanco, dominicano, ratificó en un acuerdo con gobernadores electos mexicanos que "Passaic es un santuario para inmigrantes y no vamos a permitir redadas policiacas contra ellos.

* * * * *

La ultra-derecha se ha alineado con el Tea Party. Personalmente opino que sus recientes "victorias" con candidatos poco conocidos y extremistas no ayudan en nada al Partido Republiano sino, todo lo contrario (Gracias por leernos. Lionel Rodríguez EMAIL lionelrt@aol.com)

SENADOR MENENDEZ INVITA A LOS LATINOS A SU CELEBRACION DEL MES DE LA HERENCIA HISPANA

JERSEY CITY, NJ – El senador estadounidense Robert Menendez, el único hispano en el Senado, será el anfitrión de una celebración con motivo del Mes de la Herencia Hispana, para resaltar los logros de los hispanos en el estado y la nación. El senador Menendez, hijo de padres cubanos trabajadores, cree que es importante destacar las inmensas contribuciones de los hispanos, que han fortalecido y enriquecido a Nueva Jersey y a esta gran nación.

El senador Menendez será el anfitrión de un programa que incluirá invitados de renombre a nivel estatal, así como artistas que harán un despliegue de la cultura y las tradiciones latinas. Menendez también anunciara el lanzamiento del "Latino Leadership Link Series", una serie de foros que se llevarán a cabo el año entrante por todo el estado de Nueva Jersey donde habrá de destacar a hispanos prominentes en el gobierno y el país. Estos foros no sólo servirán para mantener informada a la comunidad latina; servirán de vínculo para continuar unidos en el crecimiento y el progreso de los hispanos en el estado y la nación.

El senador Menendez invita a la comunidad latina de Nueva Jersey a asistir a su celebración del Mes de la Herencia Hispana el domingo, 26 de septiembre del 2010, a las 6:30 pm en St. Peter's College, McIntyre Lounge, 2641 Kennedy Boulevard en Jersey City, Nueva Jersey. Las personas que deseen asistir deben hacer una reservación llamando al (973) 645-4623

NUEVA YORK CON UN NUEVO SISTEMA ELECTORAL

Por primera vez en cinco décadas, los votantes de Nueva York acudieron a la urnas bajo un nuevo sistema electoral, que sustituye las viejas máquinas de palanca, y que se pusieron en marcha en las primarias demócratas del 14 de septiembre.

Nueva York ha sido el último estado en adquirir un sistema electrónico de votación, tal y como estipula una medida aprobada por el Congreso de EEUU en 2002, tras los problemas surgidos dos años antes, que obligaron al recuento de miles de votos y la intervención del Tribunal Supremo.

"Creo que es bueno que hayamos sido los últimos en tener el nuevo sistema porque aprendimos de los demás estados qué funciona, qué no funciona y cómo presentarlo a nuestros votantes", señaló José Polanco, secretario de la Junta Electoral de la ciudad de Nueva York.

"Tenemos cuatro años preparándonos para las elecciones generales de noviembre y queremos darle a los neoyorquinos un sistema que funcione", dijo el funcionario al recordar que previo a noviembre el sistema habrá pasado varias pruebas, la primera de ellas, las primarias del 14 de septiembre, que será como una prueba de fuego.

Dijo además que la Junta Electoral de la ciudad compró 5.700 máquinas, a un coste de 60 millones de dólares y que el día de las primarias habrá al menos dos en cada uno de los 1.300 colegios electorales, así como más de 36.000 trabajadores que fueron entrenados en el uso del equipo para ayudar a los votantes ese día.

Un total de 4,3 millones de neoyorquinos están registrados para votar en la ciudad y organizaciones hispanas estiman que un 22 por ciento son latinos.

El nuevo sistema, que según Polanco fue estudiado por varios años ya que existe en otros estados, consiste de una papeleta con el nombre de los candidatos, la que luego de votar se inserta en la máquina, que registra el voto.

Las máquinas están preparadas para dar instrucciones en inglés, español, chino y coreano, los cuatro idiomas más hablados en la ciudad, señaló además Polanco durante la demostración que se hizo hoy del nuevo sistema en un centro de ancianos en el condado de Queens coordinado por el Instituto Puertorriqueño/Hispano para Personas Mayores.

Si la persona comete un error al votar en la papeleta, la máquina lo registrará y se la devolverá. El elector deberá acudir a uno de los empleados por una nueva boleta y tiene hasta tres oportunidades en caso de que ocurra lo mismo.

"Las máquinas de palanca ya no se pueden usar, ya no más", afirmó el funcionario electoral.

El nuevo sistema también incluye una máquina para discapacitados, que le permite leer en el sistema Braille las instrucciones o escucharlas. También está provista para que un elector sin pies o manos pueda emitir su voto.

La Junta Electoral de la ciudad ha iniciado una intensa campaña educativa en la ciudad, a un coste de seis millones de dólares, y se ha unido a políticos, iglesias, activistas y organizaciones comunitarias y cívicas latinas para llevar el mensaje a este sector.

Las primarias, contrario a las elecciones generales, atraen por lo general a un número bajo de votantes a las urnas, pero Polanco espera que el nuevo sistema no influya en reducir aún más la participación electoral y recordó que por primera vez en la ciudad "se lleva a cabo una campaña educativa que no se había visto antes".

"Estoy contento con esa máquina, que la usa el 70 por ciento del país o una similar, incluidas muchas ciudades hispanas y por eso voté para que se compraran", comentó.

"En el proceso de evaluar el sistema, aprendimos de otros estudios que no podemos tener un día de votación en una ciudad tan grande como Nueva York sin un proceso de educación, llevando a las máquinas a cada comunidad" para mostrarles cómo usarla, indicó Polanco, de origen dominicano.

El senador José Peralta comentó por su parte que cree que el nuevo equipo va a incidir en la baja participación electoral en las primarias "porque la gente tiene miedo a al tecnología".

No obstante, confía en que el esfuerzo en conjunto que realizan diversos sectores sea exitoso.

Las demostraciones se hicieron en los cinco condados y la campaña regresará en octubre, con miras a las elecciones de noviembre.

¿CON QUIEN HABLAN SUS HIJOS POR INTERNET? PROTEJA SU PRIVACIDAD MANTENIÉNDOSE INFORMADO

Millones de personas, incluyendo niños en edad escolar, usan computadoras, teléfonos celulares u otro dispositivo digital para participar en sitios de contacto social. Esta combinación implica un peligro potencial. La información que se da a conocer, o los "amigos" al otro lado de la conexión, pudieran traerles problemas a personas que ignoran esa amenaza.



Según datos compilados por ComScore, Facebook absorbe actualmente el 41 por ciento del tráfico en sitios de destino social, seguida por Myspace, Gmail y Twitter. Los padres que desconocen estas modalidades de comunicación deben informarse para proteger a sus hijos. Aunque algunos de los sitios mencionados tienen requisitos de edad mínima, muchos pequeños evaden estas normativas dando una edad falsa, algo difícil de verificar en línea. Pero lo más perturbador es que algunos adultos también ocultan su edad para ganarse la confianza de los niños.

Cada día, numerosos niños ingresan en la Internet para conversar. De acuerdo a los datos de varios estudios realizados por Pew Internet Research en el 2006, el 38 por ciento de los participantes de 12 a 14 años tenía una cuenta de algún tipo en Internet; mientras que el 42 por ciento afirmó que hablaban cada día por Internet con sus amigos. Como este estudio se realizó hace cuatro años, se puede asumir que el porcentaje de estudiantes que visitan Internet es en la actualidad mucho mayor.

Generalmente, los niños ignoran lo que es seguro o no en los sitios de contacto social. Aunque los padres pudieran sentirse superados por sus hijos expertos en tecnología, es importante que se mantengan informados y participen en la interacción en línea de sus hijos. A continuación, algunas medidas que pueden tomar los padres para que el proceso sea divertido y seguro:

• Tratar el tema de la privacidad. Los adolescentes pudieran pensar en ocasiones que sólo sus amigos pueden tener acceso a su información privada. Aunque en los sitios de contacto social se pueden crear preferencias de privacidad, si un niño se hace amigo de alguien a quien considera seguro, esa persona tendrá también acceso a su información. Y ciertos datos, como el número del Seguro Social, direcciones, cumpleaños, números de cuenta, etcétera, no se deben divulgar jamás en un sitio Web.

• Hablar acerca de los depredadores sexuales. A ningún padre le agrada pensar que haya una persona acechando a su hijo o hija. Pero en la Internet proliferan depredadores sexuales que usan las redes de contacto social para atraer a sus víctimas. Los padres deben informarles a sus hijos que no acepten solicitudes de "amistad" de desconocidos. Aunque esto pudiera parecer contrario al propósito para el cual fueron creados los sitios de contacto social, es mejor estar seguro que tener una larga lista de "amigos".

• Recuerde que no se puede retirar la información que se ha divulgado. Infórmeles a los niños que una vez compartida la información en Internet, siempre permanecerá de alguna manera inexplicable en el ciberespacio. Es extremadamente difícil borrar la información una vez divulgada, pues existe un registro digital de la misma. Además, aunque el niño se retire de un sitio de contacto social, se puede asumir que su información queda reflejada en alguna base de datos.

• No coloque información que pudiera ser de dominio público. Los sitios de contacto social no son entidades privadas. El lenguaje utilizado, así cómo las fotos y la información que se suministra pueden ser vistos por gran cantidad de personas. Por tanto, si al niño le apena decir malas palabras delante de su maestro, entonces ese tipo de lenguaje no se puede usar en Internet. Más aún, algunos sitios de contacto social les proporcionan información limitada de sus usuarios a anunciantes y agentes de mercadotecnia dirigida. En estos tiempos no hay secreto oculto en la Internet.

• Visite las páginas Web que frecuentan sus hijos. Es buena idea ver lo que hacen sus hijos en Internet, usando programas de supervisión que pueden limitar la visita a ciertos sitios Web, o rastrear el tráfico del niño en línea. Además, los padres pueden pedirle al niño que les dejen ver la página de contacto social que frecuentan para verificar sus amistades y actividades.

BUSCANDO ASILO: LAS HISTORIAS DETRAS DE UNA CRECIENTE PROBLEMATICA MIGRATORIA

El nuevo documental de Discovery en Español examina los procesos de asilo político y las historias de violencia que motivan a sus protagonistas a escapar del país

La incontenible ola de violencia desatada en México en la última década, principalmente en la zona fronteriza entre Ciudad Juárez y El Paso, ha provocado que el número de personas que se sienten amenazadas y huyen hacia Estados Unidos en busca de refugio crezca cada día más. Esta nueva producción original de Discovery en Español examina a fondo los procesos de asilo político, una creciente problemática que forma parte del candente tema migratorio. Buscando asilo se estrena el domingo, 5 de septiembre a las 9 PM E/P.

Según cifras del Departamento de Justicia de Estados Unidos, México se ha convertido en el cuarto país del mundo con la mayor cantidad de solicitantes de asilo político. Muchas de estas personas provienen de Ciudad Juárez, considerada una de las ciudades más violentas del mundo. Abogados defensores de derechos humanos y periodistas que denuncian la crueldad de los narcotraficantes y las irregularidades de las autoridades se han visto forzados a abandonar su país natal en busca de protección, luchando por el derecho a la vida.

Buscando asilo expone los testimonios de personas que están viviendo actualmente esta realidad, entre ellos el caso emblemático del periodista Emilio Gutiérrez Soto, de El Diario del Noroeste de Chihuahua, quien huyó de México después de recibir amenazas de muerte. El especial de una hora también cuenta con las opiniones de abogados de inmigración, activistas y expertos quienes ofrecen un análisis sobre los procesos de asilo político y los cambios recientes a las leyes ocurridos bajo la administración del presidente Obama.

El documental comparte además el trabajo periodístico del camarógrafo Eduardo Urrutia, del canal 44 de Ciudad Juárez, quien en los últimos años ha reportado sobre más de 2 mil muertos. A través de sus declaraciones, los televidentes serán testigos de la realidad de un pueblo asechado por la violencia y el por qué para muchos la única solución es escapar.

"Me ha tocado ver decapitados, decapitados colgados de puentes, hombres con máscara de marranos. Me ha tocado ver hombres sin cara, grupos de 7 personas en un mismo evento muertas, todas torturadas", señala Urrutia.

Buscando asilo es una producción original de Discovery en Español a cargo de Michela Giorelli e Irune Ariztoy. Fue realizada por la casa productora Anima Films bajo la dirección de Matías Gueilburt y Sebastián Gamba.

Para conocer más sobre los programas de Discovery en Español, juegos interactivos y las novedades del canal, visite http://www.discoveryenespanol.com

LAS ESCUELAS DESEMPEÑAN UN PAPEL FUNDAMENTAL PARA MANTENER LA SALUD BUCAL DE LOS NIÑOS, AFIRMAN LOS PADRES HISPANOS

De acuerdo a una nueva encuesta de opinión pública encargada por Oral Health America, casi tres de cada cuatro padres hispanos (72%) están procurando que las escuelas refuercen los mensajes acerca de la importancia de la salud bucal, afirmando que resulta extremadamente o muy importante que las escuelas enseñen a los niños a cuidar sus dientes.

"Si queremos que nuestros hijos estén en la escuela listos para aprender, tanto los padres como las escuelas tienen un interés compartido para trabajar en forma conjunta con los facultativos de atención odontológica a efectos de enseñar a nuestros niños buenos hábitos de higiene bucal que aplicarán durante toda su vida y mantendrán sus bocas saludables". Las caries son la principal enfermedad crónica infantil en EE.UU. y cada año los niños pierden más de 51 millones de horas escolares debido a enfermedades relacionadas con los dientes.

De acuerdo a la encuesta, los padres hispanos están comprometidos con la salud bucal y la mayoría de ellos (82%) considera que llevar al niño al dentista es una parte importante para tenerle listo para volver a la escuela.

Pero, ¿están los niños captando el mensaje? Siete de cada diez padres declara recordar el cepillado a sus hijos en forma diaria, pero menos de la mitad (34%) recuerda haber escuchado a sus padres haciéndoles esa sugerencia.

En la escuela, tan sólo cuatro de cada diez (39%) niños informa haber aprendido acerca de la salud bucal o dental en el pasado año.

"Los padres deberían comprometerse a invertir al menos dos minutos dos veces al día con sus hijos, para asegurar que no solamente estén cepillando sus dientes y usando el hilo dental, sino que lo estén haciendo del modo correcto", afirma Yolanda Bonta, DMD, MS, MS, Directora Ejecutiva de la Asociación Dental Hispana (Hispanic Dental Association).

"Las escuelas pueden ayudar a través de la integración de clases sobre salud bucal dentro de las clases de salud y ciencia de todos los niveles de grado".

La encuesta de opinión pública se divulgó para lanzar la campaña Fall for Smiles, que promueve la importancia de la higiene bucal personal, las visitas regulares al dentista, la elección de alimentos saludables y el evitar el tabaco, como parte de la salud bucal y general.

Oral Health America es una organización nacional sin fines de lucro, dedicada a cambiar las vidas a través de la conexión de las comunidades con recursos para que aumenten su acceso al cuidado, la educación y el apoyo.

Plackers, una marca líder en productos de consumo para el cuidado oral, es pionera en hilos dentales y otros productos para la salud bucal.

ALCALDE BRIAN STACK ANUNCIO LA FORMACION DE UN EQUIPO ESPECIAL QUE ASEGURE LA CALIDAD DE VIDA LOCAL EN UNION CITY


Alcalde Brian P. Stack

LA CIUDAD DE UNION CITY – El Alcalde Stack anunció la formación de un equipo especial para asegurar la calidad de vida local que tendrá como objetivo identificar a quince edificios de apartamentos de la ciudad de Union City que requieran atención inmediata para su reparación y mantenimiento. El objetivo será el de hacer cumplir las regulaciones de viviendas con el fin de ofrecer un mejor nivel de vida a los inquilinos.

El Equipo Especial para asegurar la calidad de vida local estará conformado por representantes del Departamento de Policía, el Departamento de Edificios, el Departamento de Salud, el Abogado de los Derechos de los Inquilinos, la Agencia del Desarrollo Comunitario, la Oficina de Prevención de Incendios, la Oficina del Control de Rentas y la Junta de Educación. Cada representante tendrá obligaciones relacionadas a sus entidades que tiene como propósito mejorar la calidad de vida de los inquilinos.

El Alcalde Stack comentó, "Durante los últimos dos meses hemos visto un incremento en la cantidad de reclamos de inquilinos con respecto a sus apartamentos que no tienen el debido control de fumigación ni el mantenimiento adecuado"

"Los propietarios deben estar sobre aviso. Nosotros estamos investigando los apartamentos de los edificios de nuestros vecindarios para encontrar dueños que incumplen con las regulaciones de viviendas y asegurar que cumplan con ellas."

"Con frecuencia, recibo llamadas a mi oficina de inquilinos que están experimentando problemas que no han sido solucionadas apropiadamente. Lamentablemente, estos asuntos ponen en riesgos la seguridad y bienestar de los residentes locales. Los propietarios de casas deben saber que pueden ser sancionados si los asuntos que requieren atención en su edificio no son inmediatamente solucionados o no cumplen con sus obligaciones como propietarios."

"La ciudad de Union City tiene un porcentaje más alto de inquilinos del Estado de Nueva Jersey y debemos continuar teniendo una fuerte presencia para que los propietarios comprendan sobre el cuidado de sus edificios y la responsabilidad de acudir a las necesidades de sus inquilinos".

ES TIEMPO PARA TI:
3 CORTES PARA RECIBIR EL OTOÑO



Ahora que ya compraste ropa nueva para el otoño y artículos escolares para tus niños, Suave Professionals(R) desfila contigo para que tú también te obsequies un cambio de imagen de regreso a clases. "Un nuevo corte de pelo puede aumentar tu confianza en ti misma y es una excelente forma de renovar tu imagen para verte y sentirte lista para la alfombra roja todos los días", dice el estilista de celebridades, Leonardo Rocco. Tras haber trabajado su creatividad con estrellas como Juanes, Paulina Rubio, Alejandro Fernández y Aracel y Arámbula, Rocco puede ayudarte a verte maravillosa con unos simples pasos.

Luce chic con el pelo corto

Sin duda alguna, las Latinas siempre están a la moda y utilizan su cabello como otro accesorio para completar su look. ¡Y qué más refrescante que un corte de pelo que haga voltear cabezas cada vez que entres a un lugar! El corte duendecillo o pixie es corto en la parte de atrás y los lados, y más largo en la parte de arriba, haciéndolo muy femenino y fácil de manejar. Simplemente lávate el cabello con un shampoo y acondicionador vigorizante como Suave Professionals(R) Rosemary Mint Invigorating Clean y déjalo secar naturalmente. Este sistema con calidad de salón tiene una infusión natural de romero y menta y aumenta la manejabilidad del cabello, dejándolo suave y brillante. Si quieres un poco más de impacto, usa los dedos para aplicarte un producto de estilizado como Suave Professionals(R) Volumizing Foam, que añade cuerpo sin quitarle volumen al cabello, y moldéalo en torno a tu cara.

Siéntete coqueta con el "bob largo"

El cabello al hombro es sensacional para aquellas Latinas que no buscan llevar el cabello corto pero quieren mayor movimiento y versatilidad de la que ofrece una cabellera larga. El "bob largo" empieza a la altura de los hombros en la parte de atrás y se hace un poco más largo por delante. Para completar este estilo moderno, lávate el cabello con Suave Professionals(R) Almond & Shea Butter Moisturizing Shampoo and Conditioner, que contiene ingredientes naturales conocidos por sus ricos emolientes, dejándolo bien nutrido y hermoso. Después, sécatelo con una toalla y aplícate un producto para realzar los rizos, como Suave Professionals(R) Healthy Curls Scrunching Mousse para lograr unas ondas irresistibles.

Se audaz, córtate el flequillo

Si te intimida la idea de tener el cabello corto, comienza recortándote el flequillo primero. El flequillo está muy de moda en 2010 y Rocco predice que la tendencia continuará a lo largo del 2011. No tengas miedo de añadir elementos que enmarcan tu rostro, le darás un cambio notable a tu estilo sin tener que sacrificar el largo. Cortar capas que se integren con el largo de tu cabello también es una manera fácil de mantenerlo vivo y lleno de movimiento. Si estas combatiendo el frizz, un problema común para muchas Latinas, te recomiendo Suave Professionals(R) Sleek Anti-Frizz Cream, su fórmula humectante suaviza el cabello encrespado o reseco, dejándolo dócil y manejable. ¡Las Latinas desfilan a su propio ritmo, así que hazte brillar de los pies a la cabeza!

Acerca de Unilever Norteamérica

Unilever trabaja para crear un futuro mejor cada día. Ayudamos a la gente a sentirse bien, a lucir bien y a aprovechar la vida al máximo con marcas y servicios que son buenos para ellos y para los demás. Los productos Unilever son elegidos por los consumidores alrededor del mundo 160 millones de veces al día. En los Estados Unidos, Canadá y el Caribe (Trinidad y Tobago, República Dominicana, Puerto Rico), la cartera de la compañía incluye marcas que son íconos como: Axe, Becel, Ben & Jerrys, Bertolli, Blue Band, Breyers, Caress, Country Crock, Degree, productos de cuidado personal Dove, Hellmanns, Klondike, Knorr, Lipton, Omo, Popsicle, Promise, Q-Tips, Skippy, Slim-Fast, Suave, Sunsilk y Vaseline. Todas las marcas mencionadas son marcas registradas de Unilever Group of Companies. Unilever - una compañía dedicada a servir a los consumidores y a las comunidades en donde vivimos, trabajamos y jugamos - emplea a más de 13,000 personas en Norteamérica, generando casi 10 mil millones de dólares en ventas durante el año 2009. Para más información, visite http://www.unileverusa.com.

La Magia del Feng Shui

5 sencillos consejos de Feng Shui para aumentar la motivación y la productividad en el trabajo



¿Buscas nuevas maneras de aumentar la motivación y la productividad de tus empleados? **¿Te has preguntado si sería eficaz realizar ciertos cambios en la oficina?**

Como en tantos ámbitos, no existe una receta mágica que nos haga el doble de productivos ni más creativos. **El mejor instrumento es un buen liderazgo: los jefes necesitan encontrar constantemente nuevas formas de motivar a sus empleados.** La decoración de los espacios de trabajo puede ayudar a incrementar la creatividad y la productividad.

Muchos empresarios se preguntan si basta con rediseñar su oficina o negocio como han hecho los directivos de la empresa Google para mejorar los resultados de su empresa. La respuesta es que no.

Sin embargo, **el Feng Shui puede ayudarnos** a crear un entorno de trabajo que, sabiendo los colores y materiales que hemos de introducir y los que hay que evitar, **puede contribuir al éxito de nuestra empresa.** Basándose en aspectos que potencian la energía del lugar, se puede sacar el máximo partido del sitio de trabajo.

Si se quiere crear un entorno productivo, es muy importante involucrar a cada empleado individualmente y motivarlo para que sugiera maneras de mejorar el entorno. **De esta manera se fomentará el espíritu de equipo y participación.**

A continuación algunos sencillos consejos para aplicar los principios del Feng Shui a la oficina:

1- **Limpieza y orden:** La limpieza del lugar de trabajo es imprescindible. **El escritorio o cubículo donde se lleva a cabo el trabajo ha de estar limpio y ordenado.** No significa esto que ha de estar impoluto, pero debe de haber un orden: limpia la mesa, deshazte de todo aquello que te distraiga y guarda sólo aquellos objetos estrictamente necesarios.

2- **Ajusta la iluminación:** Tener suficiente luz natural ayuda a subir el ánimo y eso nos hace más productivos. Si la oficina cuenta con persianas o algún tipo de cortina, trata de abrirlas para que entre toda la luz posible. Como en todo, demasiada luz puede tener el efecto contrario al deseado. **Busca la iluminación óptima para ti.**

3- **La posición del escritorio:** Intenta posicionar el escritorio de forma que no te sientes de espaldas a la puerta. Este simple consejo te hará sentir menos incómodo y vulnerable (sin olvidar los dolores de cuello y espalda que se pueden evitar) y aumentará la capacidad de concentración. **Si no te sientes cómodo trabajando en cierta dirección, no dudes en mover el escritorio y buscar una posición distinta.**

4- **Evita ángulos afilados**: Este puede ser el consejo más sorprendente para muchos, pero si trabajas sentando frente a un ángulo afilado en forma de cuchillo, camúflalo con algún tipo de planta de interior. **La razón es que los ángulos afilados son considerados "Sha Metal" y estas energías negativas pueden influir negativamente sobre nosotros.**

5- **Color**: Si tienes la posibilidad de elegir el color de tu oficina, **elige un color neutral.** Hay que evitar colores extremos como los tonos rojos. El color rojo pertenece al elemento "fuego" y **sin un completo estudio de Feng Shui una elección equivocada de los colores puede hacer más mal que bien.**

Por: María Elena Nuñez
Para clases y consultas me pueden llamar o escribir:
suespacio@hotmail.com • Tel: 917-687-5655



NATASHA CARIDAD FERNANDEZ MOLENAAR

Cumple 21 años de edad la linda y estudiosa Natasha, hija de nuestra Editora Ruth Molenaar (de Aruba) y del cantante y músico Luis Manuel Fernández (de la República Dominicana).

Natasha nació precisamente un 8 de Septiembre y por eso lleva como segundo nombre el de Caridad, por la Virgen Patrona de Cuba. Desde pequeña mostró su vocación por el arte y siendo alumna de secundaria participó exitosamente en obras teatrales y revistas musicales. Actualmente Natasha cursa el último año en la William Paterson University de Wayne NJ de la carrera de Comunicaciones y Transmisión Radial, con altas notas, que presagian su gra-duación con honores para Mayo del 2011.

Sus padres, su hermana Manselle, también estudiante, su tía Soraya, Gerente de LA TRIBUNA y todos sus familiares, compañeros y amigos deshojan ante Natasha sus mejores flores de felicitación y cariño. ¡Happy Birthday linda...!







Por Ruth Molenaar

¿ACIDEZ O ALGO MÁS SERIO?

Conocer la existencia del reflujo ácido es el primer paso: la consulta regular con su médico es esencial

Todos hemos sufrido alguna vez de malestar estomacal con las comidas que nos encantan. Sin embargo, cuando se tiene acidez u otro tipo de malestar con frecuencia, el culpable no es solamente la dieta. Los síntomas podrían indicar un problema mucho mayor: uno que es mejor tratar conversando con el doctor sobre lo que podrían significar realmente estos síntomas.

Quienes tienen acidez por lo menos dos veces por semana, aun después de usar remedios caseros y de cambiar la dieta, podrían sufrir de una condición potencialmente seria llamada enfermedad de reflujo gastroesofágico (ERGE), comúnmente conocida como enfermedad de reflujo ácido. Por cierto, se calcula que 6.1 millones de estadounidenses de origen hispano en los Estados Unidos padecen de ERGE.

La ERGE ocurre cuando el contenido del estómago sube por el esófago. Con frecuencia se confunde con la acidez ocasional, pero la acidez frecuente y persistente es, en realidad, el síntoma más común de la ERGE. Ese error común puede ser peligroso, puesto que la ERGE es una condición crónica y, si no se trata, podría derivar en otras condiciones médicas más serias, como las erosiones de esófago. Es necesaria una estrecha colaboración con los doctores para controlar de manera adecuada y eficaz los síntomas de la ERGE.

Aproximadamente 60 millones de adultos estadounidenses sufren síntomas de ERGE más de dos veces por semana. Los riesgos aumentan con la edad, pero los síntomas de la condición se pueden aliviar con el tratamiento adecuado. Lo mejor para determinar las alternativas adecuadas para controlar los síntomas de la ERGE es consultar un doctor y mantenerse al tanto de la información más actualizada sobre esta condición. Si deseas obtener más información sobre la ERGE, llama al 1-866-271-7278.

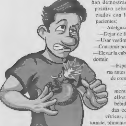
ERGE DE UN VISTAZO

Consulta con tu doctor si sufres estos síntomas comunes de la ERGE:

—Acidez
—Eructos
—Sabor ácido o agrio en la boca
—Ronquera
—Tos persistente

Alternativas comunes para el tratamiento de la ERGE:

—Los antiácidos neutralizan el ácido estomacal
—Los agentes que protegen la mucosa protegen la capa interna del esófago.
—Los agentes que promueven la movilidad ayudan a que el estómago se vacíe con más rapidez.
— Los Inhibidores de la bomba de protones (PPI, por sus siglas en inglés) reducen la cantidad de ácido que produce el estómago.



Estos cambios en el estilo de vida han demostrado tener un efecto positivo sobre los síntomas asociados con la ERGE en ciertos pacientes:

—Adelgazar
—Dejar de fumar
—Usar vestimentas sueltas
—Consumir porciones más pequeñas
—Elevar la cabecera de la cama para dormir
—Esperar por lo menos 3 horas antes de acostarse después de comer
—Evitar ciertos alimentos y bebidas, entre ellos: chocolate, menta, bebidas alcohólicas, bebidas con cafeína, bebidas cítricas, alimentos a base de tomate, alimentos con alto contenido de grasa o fritos.

USE LOS CUPONES PARA BENEFICIARSE CON GRANDES AHORROS

Los cupones, si se utilizan de forma correcta, son una forma accesible y efectiva de ahorrar en muchas compras cotidianas.

Aproximadamente el 75 por ciento de la población asegura que usa cupones regularmente. Los consumidores ahorran miles de millones de dólares anualmente gracias a los cupones. Sin embargo, numerosos clientes no usan todos los que tienen a su disposición. Si siguen algunos consejos, los consumidores pueden aprovechar al máximo los beneficios de los cupones, y ahorrar una suma significativa en el proceso.

• Los cupones son efectivos sólo si se usan. Guarde los cupones cortados en una cartera o portafolios para llevarla a la tienda. Si no lo hace así, los dejará olvidados en casa.

• Hay muchos tipos de cupones. Búsquelos en el volante del supermercado más cercano, suscríbase a un periódico—especialmente su edición dominical—para conseguir cupones de numerosos fabricantes, y no se olvide de los cupones sueltos disponibles cuando use la tarjeta de conveniencia de una tienda.

• Use los cupones sólo para comprar artículos que usa regularmente en casa. No se sienta obligado a adquirir un producto porque tiene cupón de descuento, lo cual podría provocar compras impulsivas que al final le costará más dinero.

• Pruebe con diferentes marcas. Esto amplía la cantidad de posibilidades de usar cupones.

• Haga comparaciones de productos para garantizar la mejor compra. Aunque tenga un cupón para un producto determinado, es posible que haya otro a menor precio.

• Busque qué tiendas "duplican" los cupones o permiten que los clientes puedan combinarlos. Esas son las tiendas donde debe comprar para ahorrar más.

• En el caso de las personas que compran principalmente por Internet, hay varios sitios Web que ofrecen cupones de ahorro para compras en comerciantes populares en línea. Sólo tendrá que escribir el código correspondiente para ahorrar.

• Esté al tanto de las fechas de vencimiento del cupón. Recuerde utilizarlos antes de que expiren.

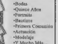
• Inscríbase para recibir materiales promocionales de diferentes marcas que usa en casa. Por ejemplo, ciertas compañías fabricantes de fórmula para bebitos ofrecen cupones o cheques de descuento por el simple hecho de hacerse "miembros" en Internet.

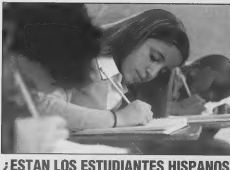
• Inscríbase para recibir materiales promocionales de las tiendas en las que compran regularmente los miembros de la familia. Con frecuencia, los minoristas envían cupones por correo postal a sus "compradores preferidos".

• El uso de la tarjeta de crédito de una tienda puede proporcionar ahorros adicionales. Si la tasa de interés y los términos de uso son aceptables, esto podría implicar muchos más ahorros. Además, pueden enviar cupones por correo.

• Algunas organizaciones ofrecen descuentos en compañías con las cuales tienen relaciones comerciales. Pregunte en la tienda si ofrecen descuentos para militares, agentes del orden público o rebajas similares.







¿ESTAN LOS ESTUDIANTES HISPANOS PREPARADOS PARA EL SAT?

En una era cuando la educación universitaria es muy importante para las familias latinas, muchos estudiantes de preparatoria y sus padres necesitan contar con mayor información sobre el examen de conocimientos SAT de ingreso a la universidad.

Es momento de que muchos estudiantes de preparatoria se preparen para las pruebas estandarizadas de admisión a las universidades.

El College Board acaba de anunciar los resultados del examen de ingreso SAT de la clase del 2010, donde se observó como un mayor número de estudiantes latinos están tomando el examen de conocimientos SAT.

Las conclusiones parecen contradictorias. Pero los redactores del examen indican que un grupo más diverso de estudiantes – aunque están sacando promedios finales más bajos—, están reuniendo los puntos de referencia usados para calcular la preparación para la universidad.

James Montoya, Ex Decano de Admisiones a Universidades y Vicepresidente del College Board, sugiere maneras para que los estudiantes se familiaricen con el examen:

"No hay trucos para pasar el examen SAT de ingreso a la universidad. Para salir bien, además de sacar buenas notas, debes tomar cursos que te desafíen. A muchos estudiantes les ayuda mucho hacer el examen de práctica que ofrecemos gratuitamente en nuestro sitio web".

El College Board proporciona exención en las cuotas de inscripción del examen SAT para estudiantes de bajos ingresos a través del consejero escolar de la preparatoria.

El SAT sigue siendo la prueba de diagnóstico universitario más común, aunque el rival ACT es casi igual de popular.

La mayoría de las universidades aceptan los dos, la popularidad del ACT está creciendo porque más estados lo requieren para todos los estudiantes de último año en preparatoria.

Oración para los Momentos Dificiles

Ante ti vengo con la fe de mi alma a buscar tu sagrado consuelo en mi difícil situación; no me desampares en las puertas que se me han de abrir en mi camino; sea tu brazo poderoso el que las abra para darme tranquilidad que tanto ansió (3 peticiones difíciles) Suplica que te hace un corazón afligido por los duros golpes del cruel destino que lo han vencido siempre en la lucha humana, ya que si tu poder divino no intercede en mi favor sucumbiré por falta de ayuda Brazo poderoso asísteme ampárame, ayúdame y condúceme a la gloria celestial Gracias Dulce Jesús (Rezar por 15 días esta oración para los casos más difíciles empezando el viernes, mandar a publicar antes del octavo día). Gracias por los favores recibidos. Gracias Divino Niño Jesús.

CSM

UN ESTILO DE VIDA PARA LA FAMILIA MAS SALUDABLE

De vez en cuando es una buena idea hacer un alto en la vida cotidiana y enfocarse nuevamente en la salud de su familia. Un estilo de vida más saludable y mejores hábitos alimenticios debe ser uno de las prioridades para la familia hispana, por el aumento de la obesidad y la tendencia elevada a desarrollar ciertas condiciones médicas crónicas como la diabetes. Puede ser durante el verano o las vacaciones de invierno cuando los niños no tienen clases o aún durante un fin de semana largo, saque tiempo para motivar a la familia entera a comer de una manera más saludable, hacer ejercicio y tener una vida más balanceada en general. A continuación algunas sugerencias:

Cambie la manera en que su familia come. Haga que todos coman una dieta saludable y bien balanceada. Esto incluye; aumentar el consumo de frutas y vegetales. La fibra tiene un papel importante en una dieta saludable, y puede reducir el riesgo de desarrollar varias condiciones como las enfermedades del corazón y la diabetes. Los alimentos altos en fibra incluyen las frutas, vegetales, frijoles y granos integrales.

—Planee las comidas sin estrés utilizando recetas que son divertidas, fáciles para hacer y saludables. Una buena alternativa a los refrescos altos en calorías y otras bebidas son las "aguas frescas" como agua de melón cantalupo endulzada con edulcorante sin calorías en vez de azúcar.

— ¡Haga planes con anticipación! Una semana de mucho trabajo puede conducir a una alimentación no saludable si no usted no está preparado. Separe un tiempo los domingos para pensar en comidas que son fáciles de preparar para usted y su familia durante la semana. Coloque el plan alimenticio de la familia en el refrigerador para alentar a todos a adherirse al plan y ayudarle a usted a manejar mejor lo que todos están comiendo.

— Cuando prepare los platos latinos, elimine calorías sin sacrificar el sabor usando edulcorantes bajos en calorías, para reducir el azúcar que se agrega a los platos y hacer nuevas versiones de recetas y bebidas tradicionales que son más saludables. En vez de la comida no saludable que tal vez parezca tentadora, trate de buscar otras maneras sencillas de eliminar la grasa, carbohidratos y calorías de las comidas favoritas de su familia.

— Aliente a su familia a que empiece a ser más activa físicamente. Debe tener como meta que todos hagan ejercicio por lo menos 30 minutos al día. Aliente a sus hijos a disfrutar estar afuera en esta temporada en vez de quedarse solamente en casa. Una idea que puede ayudar a que la familia sea más activa es comprometerse a caminar o dar un paseo en bicicleta todos juntos por media hora después de la comida familiar. Haga que participen sus hijos en la planificación de las actividades físicas. Si son mayores, aliéntelos a que ellos hagan los planes para la actividad; Es muy probable que la disfruten más lo que significa que usted tendrá menos responsabilidades al planear.

CLASIFICADOS

HECTOR REYNOSO, POPULAR PRESENTADOR DE TV EN DOMINICANA SELECCIONADO COMO PADRINO DEL DESFILE DOMINICANO DE ESSEX

Newark, NJ.-Héctor Reynoso, tendrá la oportunidad de recibir en vivo el cariño y el calor de sus compatriotas de la República Dominicana cuando recorra a pié la avenida Broadway de esta ciudad, en el desfile dominicano del condado de Essex en sus funciones de PADRINO de la séptima parada que dará inicio a las cuatro de la tarde.

Reynoso, conocido animador y presentador de televisión en programas de variedad musical como LA MAQUINARIA, EL BONCHE DE LA NOCHE y el BONCHE URBANO que se transmiten desde la República Dominicana a través de la empresa televisiva TELEMICRO para una serie de estados norteamericanos, como son Nueva York y New Jersey, fue seleccionado por la directiva del desfile, la cual encabeza la señora ARIAGNA PERELLO.

Indicaron que para designación de ese alto honor se tomaron en cuenta diversos factores, sobre todo del vehículo de enlace y apoyo a la comunidad dominicana residente en los Estados Unidos a través de sus espacios televisivos la cual viene llevando la información y la diversión de una manera positiva.



El PADRINO será acompañado de los señores GREGORIO TORRES, ALMA SANTANA,FABIOLA BARINAS, quienes ostentarán los cargos de MARISCAL, MADRINA Y MARISCALA, respectivamente, según se dió a conocer.

En otro orden de ideas de acuerdo a las informaciones, la celebración del desfile cambia de escenario. En esta séptima parada se hará en la avenida Broadway como elemento neurálgico en términos de concentración de residentes de habla castellana y de manera particular nativos de la República Dominicana..

La parada iniciará a las cuatro de la tarde en las esquinas de las avenidas Bloomfield y Broadway, recorriendo ésta última a todo lo largo y ancho hasta llegar a la calle Lake Street .

Para ésta ocasión se tiene previsto la participación del alcalde de la ciudad, Cory Booker, quién junto los oficiales electos de la municipalidad y otras importantes figuras comunitarias y políticas caminará en apoyo y solidaridad con los miembros de la comunidad dominicana.

Asimismo estarán presentes los ex presidentes del Desfile, los señores César Vizcaíno y María Mañón Paulino junto a líderes de la comuniadad hispanoamericana del estado jardín..

De igual manera , dio a conocer los eventos de la semana Dominicnana: Izamiento de Bandera el 20 de Septiembre 2010 en la Acaldía de Newark 920 Broad Street Newark, NJ 07102 a las 6:00pm, Cena de Gala el 25 de Septiemrbre a las 7:00pm en The Newark Club 1985 Raymond Blvd Pizo 22 Newark, NJ , El Bonche Dominicano en el Bloque N 5th entre W 6th Avenue y Park Avenue entre las 3 pm - 8 pm.

Mas mas información comuniquese al 862-755-8542 o 972-368-2701 .